

2024年10月献立

Eランチ

(協)埼玉給食センター
 (株) 埼 給
 TEL:048-663-2741
 FAX:048-667-6341
<http://www.saikyu.or.jp/>

※栄養表示はご飯を含みます。

	月	火	水	木	金
冷やし担々混ぜうどん	平日限定メニュー  ビーフカレー 450円 カツカレー 500円 ※注文は9時まで お願いします。	1 ささみ香草焼き さば塩焼き 春雨のチャプチェ風  I補材 - 793kcal 蛋白質 23g 脂質 20.2g 食塩 3.2g	2 枝豆コロッケ つくね大葉巻き ナスの肉味噌炒め  I補材 - 802kcal 蛋白質 25.2g 脂質 19.1g 食塩 3.1g	3 麻婆豆腐 三角春巻 餃子  I補材 - 729kcal 蛋白質 18.5g 脂質 17.4g 食塩 2.2g	4 エビフライ ロースカツ ごぼうのピリ辛煮  I補材 - 778kcal 蛋白質 19.7g 脂質 16.9g 食塩 2.7g
	とろろそば	7 ハンバーグ(トマトソース) チーズポテトフライ ブロッコリー塩炒め  I補材 - 861kcal 蛋白質 27.8g 脂質 21.1g 食塩 4.2g	8 チーズソースにかぼちゃの包み揚げ ローストサラダチキン 麻婆春雨  I補材 - 841kcal 蛋白質 17.7g 脂質 18.4g 食塩 2.6g	9 とんかつ ポークウイナー きんぴら  I補材 - 725kcal 蛋白質 17.9g 脂質 10.8g 食塩 3.3g	10 鶏の唐揚げ(おろしポン酢) ミニバーグ がんも  I補材 - 985kcal 蛋白質 29.9g 脂質 35.9g 食塩 3.5g
冷やし担々混ぜうどん		平日限定メニュー  とろろそば 500円 冷やし担々混ぜうどん 500円 ※注文は9時まで お願いします。	15 白身磯辺フライ 鶏ごぼう肉巻き れんこんきんぴら  I補材 - 679kcal 蛋白質 15.3g 脂質 12.4g 食塩 4.2g	16 チキン南蛮 たけのこしゅうまい ビビンバ風炒め  I補材 - 998kcal 蛋白質 33.1g 脂質 34.1g 食塩 3.2g	17 ハンバーグ(和風オニオン) かぼちゃキッシュ マカロニソテー  I補材 - 886kcal 蛋白質 25.8g 脂質 20.8g 食塩 6.3g
	とろろそば	21 チーズ入りメンチカツ チヂミ ほっけ塩焼き  I補材 - 838kcal 蛋白質 23.6g 脂質 22.6g 食塩 2.4g	22 かりかりささみ揚げ 白身フライ 焼き肉  I補材 - 753kcal 蛋白質 24.9g 脂質 14.9g 食塩 2.7g	23 ポークカレー イカ小判 グラタン風コロッケ  I補材 - 789kcal 蛋白質 20g 脂質 15.8g 食塩 3.5g	24 チキンステーキ さば竜田揚げ フランクフルト  I補材 - 791kcal 蛋白質 25.9g 脂質 21.3g 食塩 3.1g
冷やし担々混ぜうどん		28 ハンバーグ(野菜おろし) 九条ねぎオムレツ スパソテー  I補材 - 803kcal 蛋白質 21.9g 脂質 18.8g 食塩 2.6g	29 ささみチーズフライ かにクリームコロッケ シャキシャキ肉団子  I補材 - 773kcal 蛋白質 18g 脂質 10.1g 食塩 3.1g	30 アジフライ 豚肉玉子炒め 焼きそば  I補材 - 903kcal 蛋白質 32.3g 脂質 25.2g 食塩 2.8g	31 酢豚 ソーセージカツ 麻婆春雨  I補材 - 844kcal 蛋白質 17.8g 脂質 23.9g 食塩 3.1g

ご安心くださいお弁当や製造工場はいつも厳重な細菌検査を実施しています。
 ○国産の米を使用しています。
 ○材料入荷により多少の献立変更がございますがご了承下さるようお願いいたします。
 ○恐れ入りますが、おはしは皆様でご準備下さる様お願い致します。

■乾製品のお知らせ インスタント味噌汁(生)
 1袋(20個入り)300円頂戴します。
 ■昼食は1時頃までにお召し上がりください。
 ■お代金は消費税込み価格で頂戴しております。